



Der MTV Förste lädt ein  
zum

## 28. Wald-Crosslauf

über 1,5 / 4,4 und 10 km

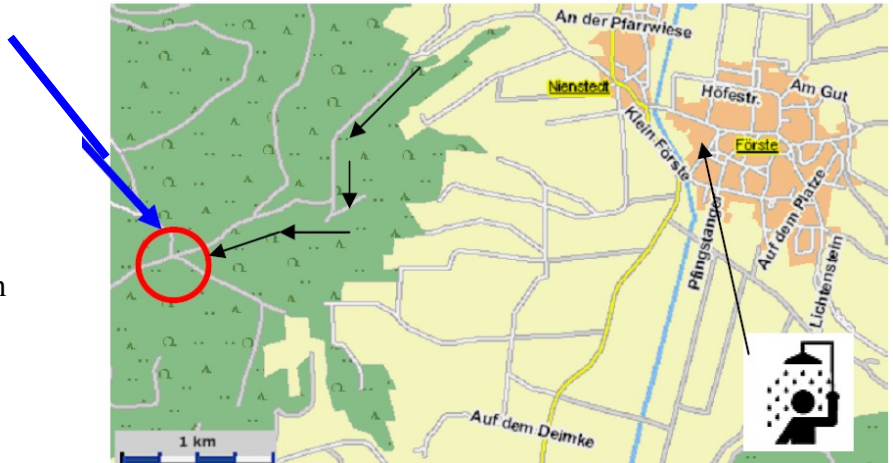
– am Samstag, den 19. November 2011 –

**inkl.  
Kreismeisterschaften  
- CROSS -**

**Start:** Jagdhaus im Westerhöfer Wald (öffentl. Straße, Abfahrt nach ca. 3 km Landstraße zwischen den Ortsteilen Nienstedt u. Westerhof).

**Anreiseweg:** Über B243, Abfahrt Osterode Zentrum /Mitte weiter B241 Richtung Northeim, nach ca. 3 km abbiegen, Abzwg. Förste

**Kreismeisterschaften Cross:** Erstmals findet im Rahmen des Laufes die Kreismeisterschaft Cross statt. Teilnahmeberechtigt sind alle in einem Sportverein des NLV-Kreises Osterode angemeldeten Sportlerinnen u. Sportler.



### ZEITPLAN UND STRECKENLÄNGEN:

Schüler, Schülerinnen B / C:	12.45 Uhr	ca. 1.500 m
Schüler/innen A / Jgd. / Mä. u. Fr.:	13.00 Uhr	ca. 4.400 m
Schüler/innen A / Jgd. / Mä. u. Fr.:	13.30 Uhr	ca. 10.000 m

**Meldungen:** bis zum 16. November 2011 (Posteingang) an Ingo List, Thüringerstr. 310, 37534 Badenhausen, Tel. 05522/ 84248– E-mail: [ingo.list@gmx.de](mailto:ingo.list@gmx.de) (mit Name, Vorname, Geb.-Datum, Geschlecht, Verein und Strecke) – Info unter [www.mtv-foerste.de](http://www.mtv-foerste.de)

**Startgeld:** Erwachsene 3,50 € , Jugendliche 2,50 € , Schüler 2,00 € . Eine Vereinszugehörigkeit ist **nicht** (außer für KM) erforderlich . Nachmeldungen sind bis eine Stunde vor Wettkampfbeginn möglich.

**Bemerkungen:** Klasseneinteilung nach ALB/DLO mit AK-Wertung (M/W 30/35, M/W 40/45..)

Die Siegerehrungen erfolgen für die Schüler ca. um 14.00, für die Mittelstrecke um 14.30 und die Langstrecke um 15.30 Uhr. **Im Rahmen des Crosslaufes finden die Kreismeisterschaften Cross -NLV-Kreis Osterode- statt.**

Alle Teilnehmer erhalten **Urkunden**, für die Erstplatzierten sind **Ehrenpreise** vorgesehen! **Sonderpreise** für **Voranmelder!**

**Duschmöglichkeit:** Sporthalle im Ortsteil Förste.

**Allen Läuferinnen und Läufern wünschen wir eine gute Anreise und viel Erfolg !!**